



ASIGNATURA: EDUCACION FISICA

NOMBRE ESTUDIANTE: _____

CURSO 6° Básico

LETRA: A-B-C

FECHA: 29/03/2020

EVALUACION GUIA N°4 - 6° BASICO

1-. ¿ES LO MISMO LA ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y HACER EJERCICIO?

EXPLIQUE SU RESPUESTA _____.

SI ___

NO ___

2-. ¿CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA Y EJERCICIO FÍSICO?

RESPUESTA:

3-. Describe con tus palabras como se ejecutan los patrones de movimientos de cada ejercicio, por ejemplo, si son ejercicios de locomoción, estabilidad o manipulación, y el por qué.



CORREO INSTITUCIONAL DOCENTE: juan.codocedo@colegio-mineralelteniente.cl

4.- Las tres partes del calentamiento en orden de ejecución son:

- a) Elongación, trote y masaje
- b) Trote, movimiento articular y elongación
- c) Movimiento articular, trote y elongación
- d) Movimiento articular, elongación y trote

5 -. El calentamiento sirve para:

- e) Descansar
- f) Aumentar las probabilidades de lesiones físicas
- g) Terminar la clase
- h) Preparar al organismo para un mejor rendimiento